



行動力・行動量を高める秘訣

行動力と行動量を高めるには、環境の変化や思考の転換が重要です。今回のスペースでは、行動量を増やすための具体的な方法について、1時間ほどお話しさせていただきました。

名だたる発信者とのスペース開催を実現できた秘訣

1

オファーを積極的に出す

聴いてくれた人全員にDMを送り、オファーしました。

2

タイミングを逃さない

配信終了後すぐにオファーを出し、熱量を維持しました。

3

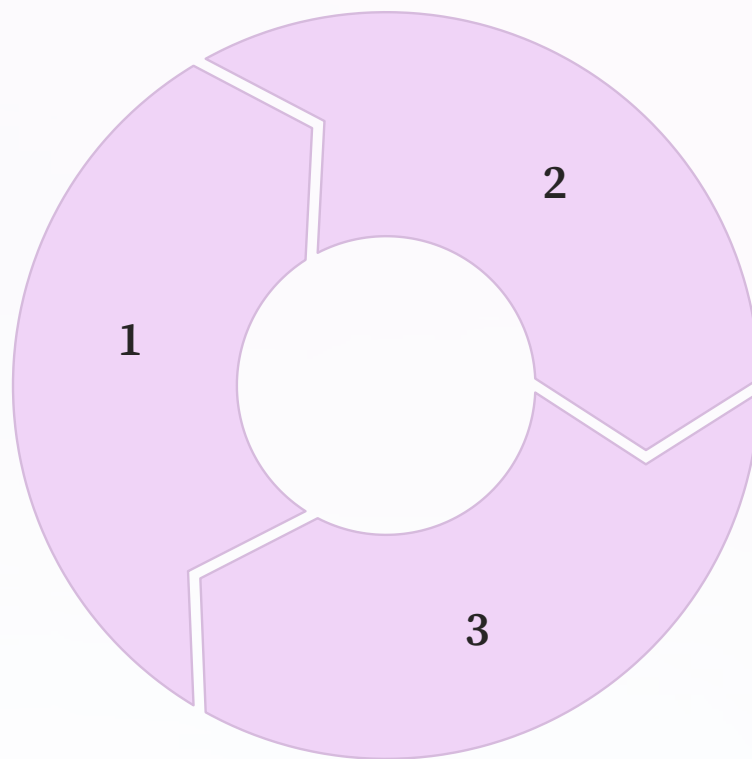
断られても気にしない

断られたら、その理由を考え、改善点を見つけます。



動画100本チャレンジの教訓

効率化を追求
マインドマップ作成時間を短縮し、
タイトルだけで撮影を開始しまし
た。



アウトプット前提のインプット
学んだことを動画にできるか常に考
えながら情報を取り入れました。

失敗を恐れない
目標に届かなくても、その過程で得た
学びを大切にしました。



失敗からの立ち直り方

失敗を材料として捉える

失敗は改善のための貴重な情報源です。

具体的な改善点を見出す

なぜ失敗したのか、どうすれば良くなるかを考えます。

行動し続ける

考えすぎずに、次の行動を起こします。



環境の重要性

行動力のある人との交流

高い目標や行動力が「普通」になる環境に身を置くことで、自分の基準も上がります。

1対1のコンサルティング

個別指導を受けることで、より具体的なアドバイスと、やらなくちゃ、と感じる動機が得られます。

新しい視点の獲得

異なる環境や人々と接することで、自分の当たり前が変わり、成長のきっかけになります。

時間管理の工夫



自分の生活リズムを知る

夜型か朝型かを把握し、最も生産性の高い時間帯を活用します。



タスクを書き出す

翌日のタスクを前日に書き出し、迷う時間を減らします。

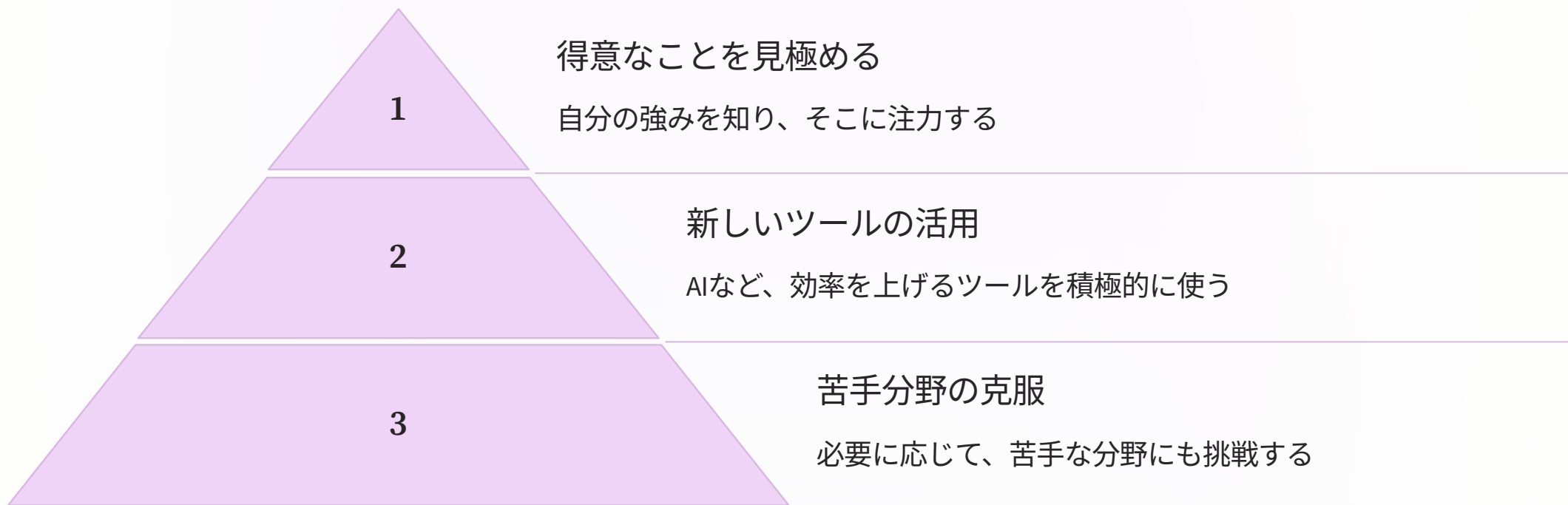


隙間時間の活用

5分単位でできるタスクを準備し、隙間時間を有効活用します。



得意分野への集中



得意な分野に集中することで、効率よく成果を出すことができます。同時に、新しいツールや技術を活用して、苦手分野を補完することも重要です。

行動力を高めるための アドバイス

- 1** 考えすぎずに行動する
完璧を求めるよりも、まずは行動を起こすことが大切です。
- 2** 失敗を恐れない
失敗は成長のための貴重な機会です。恐れずにチャレンジしましょう。
- 3** 環境を整える
自分を高める環境に身を置き、常に刺激を受けることが重要です。
- 4** 継続的な改善
トライアンドエラーを繰り返し、常に改善を心がけましょう。

